

# PLANIFICAR UN ESBARJO SALUDABLE

L'esbarjo és una part important d'un entorn escolar actiu

Un pla d'esbarjo escolar identifica les estratègies que farà l'escola

utilitzant-lo per organitzar i implementar el recés a l'escola. Aquest pla hauria de ser

un document escrit que impliqui i compartit per a tota la comunitat educativa.

Cal una planificació de l'esbarjo tenint en compte el procés de millora continua



## 1. DIAGNOSTICAR I CONTEXTUALITZAR

- Analitzar la pròpia realitat: espais, personal de suport, ideari del centre
- Identificar i documentar les polítiques de l'esbarjo
- Establir estratègies d'actuació a l'esbarjo
- Implicar a tota la comunitat educativa en la fase de diagnòstic: cercar el compromís de la comunitat
- Establir canals de comunicació i informació
- Lideratge i compromís unívoc de la direcció



## 2. DISSENYAR EL PLA D'ESBARJO

- Redactar el pla de l'esbarjo alineat amb els principis del PEC i amb la participació de la comunitat educativa = apoderament
- Establir objectiu, horaris, transicions, protocols, responsables..
- Dissenyar els espais del pati a l'interior i a l'aire lliure. Han de complir amb els estàndards de seguretat.
- Establir material adequat: ús i disponibilitat
- Establir pautes i normes de funcionament compartides per la comunitat
- Fer difusió del pla de l'esbarjo a la comunitat
- Formar al personal supervisor/acompanyant



## 3 IDEES IMPORTANTS

1. Las escuelas han de comunicar reglas, protocolos i expectativas als estudiants, el personal escolar i els pares per garantir que tots rebin la mateixa informació. la normativa de funcionament al l'esbarjo ha de ser compartida i alineada amb l'ideari de l'escola.
2. Cal apoderar a tota la comunitat educativa en la diagnòstic i disseny d'un pla de l'esbarjo
3. És important la formació i/o capacitació del personal (docents i, voluntaris o monitors) que supervisaran/acompanyaran a l'alumnat a l'esbarjo



## 3. IMPLEMENTAR EL PLA D'ESBARJO

- Involucrar a l'alumnat en el desenvolupament de l'esbarjo
- Movilitzar a pares i voluntaris
- Generar entorns actius i adequats pel joc i l'activitat física.
- L'adult com a dinamitzador/ mediador/ acompanyant.
- Recollir dades de seguiment



## 4. AVALUAR

- Recollir informació a l'esbarjo per tal d'avaluar resultats i fer possibles ajustes al pla
- Realitzar observacions de la participació dels alumnes en el joc i activitat física
- Implicar a tota la comunitat en el procés d'avaluació
- Comunicar els resultats

## 3 IDEES IMPORTANTS

1. Cercar el compromís i corresponsabilitat de la comunitat en el disseny, implementació i avaluació del pla d'esbarjo
2. Recopilar informació sobre l'esbarjo i el seu efecte en l'alumnat, inclòs el rendiment acadèmic, el comportament i altres resultats educatius. El seguiment ajuda a les escoles a saber si es necessiten canvis per millorar l'esbarjo o el seu pla d'esbarjo.
3. Lideratge i compromís de la direcció

Del Arco, I; Ramos-Pla, A; Flores, O. (2019)

Guia Educativa elaborada en el marc del Projecte de Recerca: *L'esbarjo en el marc d'una escola saludable*.

Projecte finançat per la Càtedra DOTS: Convocatòria de suports als treballs i estudis sobre Desenvolupament d'Organitzacions i Territoris Saludables i Sostenibles, 2018